Normál

Étlap

2026. november 23 - 2026. november 29

Étkezés	2026.11.23 Hétfõ	2026.11.24 Kedd	2026.11.25 Szerda	2026.11.26 Csütörtök	2026.11.27 Péntek	2026.11.28 Szombat	2026.11.29 Vasárnap
Reggeli	Tea, Tej. . . . .7, Ízes levél1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Natúr vajkrém7, Kenyér .....1, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Csokoládé ital1,5,7, Margarin....., Foszlós kalács1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Egri réteges joghurt7, Margarin....., Kenyér .....1, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Fahéjas csiga1,3,7, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Kajszibarack dzsem, Margarin....., Kenyér .....1, .1,7,15	Tea, Tej. . . . .7, Sonkás Medvesajt7, Margarin....., Kenyér .....1, .1,7,15
Tízórai	Görögjoghurt .7	Meggy befõtt	Pöttyös túró rudi5,7	Teljeskiõrlésû töltött keksz1,3,7	Körtés joghurt7	Alma	Banán
Ebéd	Daragaluska-leves.....1,3,9, Sertéspörkölt, Zöldbabfõzelék1,7	Szilvaleves1,3,7,9, Sült csirkecomb.., Basmati rizs....., Párolt vegyeszöldség	Köménymag-leves1, /pirított kenyérkockával1, Székelykáposzta7	Betyárleves1,3,6,7,8,9, Burgonyás pogácsa1,3,7	Lebbencsleves1,3, Rántott sajtos tõkehalkocka.....1,3,4, Csõben sült brokkoli.....7,8	Tyúkerõleves1,3,9, Vagdalt szelet1,3, Kertifõzelék1,7	Kelbimbóleves1,3,9, Pulykapaprikás1,7, Fõtt tészta1,3, Ecetes dinnye10
Uzsonna	Banános csokoládé1,3,5,7	Vaníliás krémpuding7	Mogyorókrémes nápolyi1	Narancsital	Csokoládés piskóta1,3	Töltött croissant1,3,5,7	Cukrász sütemény1,3,7
Vacsora	Mákos metélt1,3, Tea....., .1,7	Fõtt krinolin1,6,8,10, Mustár10, Kenyér1, Tea....., .1,7	Pozsonyi sonka1,6, Margarin....., Paradicsom, Kenyér1, Tea....., .1,7	Alpesi szalámi1,6,8, Margarin....., Jégcsapretek, Kenyér1, Tea....., .1,7	Körözött .....7, Paprika, Kenyér1, Tea....., .1,7	Zala felvágott1,6, Margarin....., Cseresznye befõtt, Kenyér1, Tea....., .1,7	Kenõmájas6,7,10, Kígyóuborka, Kenyér1, Tea....., .1,7
Energia:	2 071,41kcal	2 580,23kcal	2 399,31kcal	3 170,94kcal	2 096,72kcal	2 453,00kcal	2 532,33kcal
Zsír:	77,06g	98,59g	106,05g	138,84g	88,83g	109,09g	103,09g
Fehérje:	69,90g	86,29g	83,87g	90,84g	71,87g	67,19g	87,62g
Szénhidrát:	268,27g	368,59g	271,69g	383,16g	245,73g	296,69g	338,92g
Só:	7,88g	6,63g	9,09g	11,65g	5,73g	9,20g	9,62g
Ca (tej):	27,80mg	12,30mg	66,80mg	318,67mg	409,42mg	12,30mg	45,80mg

A változtatás jogát fenntartjuk!

Allergének:

1. Glutént tartalmazó gabona
2. Rákfélék és azokból készült termékek
3. Tojás és abból készült termékek
4. Halak és azokból készült termékek
5. Földimogyoró és abból készült termékek
6. Szójabab és abból készült termékek
7. Tej és abból készült termékek
8. Diófélék
9. Zeller és abból készült termékek
10. Mustár és abból készült termékek
11. Szezámmag és abból készült termékek
12. Kén-dioxid
13. Puhatestûek
14. Csillagfürt
15. Édesítõszer